

vergeze.blogs.midilibre.com

03/03/10

Journée de la Femme : Rien que pour Elle... une après-midi détente, informations et conseils



Le Centre Socioculturel Marcel Pagnol organise, le samedi 6 mars, de 14 h à 18 h, dans le cadre de la Journée Internationale des Droits de la Femme, une après-midi de détente, d'informations et de conseils baptisée « Rien que pour Elle ».


## Évaluation du site

Ce blog de la rédaction du Midi Libre diffuse des articles concernant l'actualité générale de Vergèze.

**Cible**  
Grand Public

**Dynamisme\*** :2

\* pages nouvelles en moyenne sur une semaine



Des ateliers détente et découverte fonctionneront tout au long de cette après-midi qui sera marquée également par des rendez-vous ponctuels et une conférence-débat.

Les ateliers :

Christine Léonard (Allizé Beauté), animant un atelier esthétique, conseillera les femmes sur les techniques de maquillage, l'onglerie, les soins de la peau et du corps, l'épilation, le bronzage par brumisation. Un atelier coiffure permettra aux élèves de la section de coiffure de l'école Pigier de Nîmes d'apporter des conseils et de coiffer sur place celles qui le souhaitent (lissage, brushing). Julie Mercier, diététicienne, dispensera des conseils sur le « comment bien manger ». Dans le cadre de son atelier de conseils techniques en loisirs physiques, Chantal Lopez apportera des conseils autour de l'hygiène de vie au quotidien. Magali Khazars ( **Charlott** Lingerie) présentera des collections de lingerie créatives et exclusives. Julie Jeannot apportera des conseils de remise en forme et des propositions de conseils personnalisés. Françoise Péguion proposera des massages Tuina, massage traditionnel chinois.

Les rendez-vous :

De 14 h à 14 h 30, Marie Baudean-Kessalni proposera une initiation à la sophrologie. De 14 h 30 à 15 h 15, des conseils pour garder les formes et être en forme seront dispensés par Chantal Lopez (Association CTLP). De 15 h 30 à 16 h, une initiation à l'éveil énergie sera conduite par Marie-Rose Gitto (Association Regard Intérieur). De 16 h à 17 h, une rencontre - débat sur le thème « Discriminations Travail Bien-être... » sera animée par Chantal Lopez (Association CTLP) et permettra aux participantes d'échanger sur l'histoire de la femme et du travail, sur la discrimination et les dispositifs mis en place pour y remédier, sur le stress au travail. Un stand d'informations et de prévention sera accessible toute l'après-midi (brochures et renseignements pratiques sur la santé, l'information, la sexualité, les droits). De 17 h à 17 h 30, Chantal Lopez proposera idées et conseils pour de délicieuses et de jolies tables.

Pour les enfants de plus de 2 ans, à partir de 14 h 30, un espace surveillé et animé est mis gracieusement à la disposition des participantes.